宇部市はつらつ健幸ポイント 令和5年度 登録団体・健康運動プログラム一覧

◆備考に「スタンプシート」と記載があるものは、繰り返し参加できる活動です。初回参加時に主催者から配布されるスタンプシートにスタンプをためて、保健センターに提出することでポイントと交換できます。なお、ポイントと交換できるスタンプは月に4つまでです。複数の活動に参加されている場合でも、1枚のスタンプシートを共通で使用してください。

◆スタンプシートは、年度(3月31日まで)の活動が終わったら保健センターに提出してください。

【提出期限】令和6年4月5日(金)必着

活動等の名称	日時／場所等	対象者	問合せ（申込）先など	備考
登録団体の活動	【1回 25pt】		団体担当者連絡先	
iikotoメイト	iikotoメイト【則貞】 (宇部市則貞四丁目19番26号)	申込：要	21-6665	スタンプシート
宇部市老人クラブ連合会(健康教室)	各ふれあいセンター、福祉会館	申込：要	22-4380	スタンプシート
小羽山歩こう会	霜降山他	申込：要	34-5196	スタンプシート
恩田南ころばん体操教室	にじの家	申込：要	34-2510	スタンプシート
北迫新町やすらぎ会	北迫新町自治会館	申込：要	080-1142-8628	スタンプシート
琴芝ころばん体操教室	琴芝ふれあいセンター	申込：要	21-4536	スタンプシート
ちどり会中野開作亀齢クラブ	中野開作公会堂	申込：要	41-9669	スタンプシート
東割ともだちの輪	東割集会所	申込：要	44-3808	スタンプシート
よりあい処　西ヶ丘	西ヶ丘自治会館	申込：要	41-5715	スタンプシート
西宇部亀齢大和クラブ	大和団地自治会館、市道迫条線、県道際波舟木線	申込：要	43-0832	スタンプシート
楠フォークダンスクラブ	船木ふれあいセンター	申込：要	67-2073	スタンプシート
おばやまエンジョイクラブ	小羽山小学校体育館	申込：要	31-3677	スタンプシート
厚東霜降会グランドゴルフクラブ	厚東小学校グランド	申込：要	44-2381	スタンプシート
健康かみうべ21	上宇部ふれあいセンター	申込：要	21-1473	スタンプシート
妻崎ハート会	妻崎公会堂	申込：要	44-2877	スタンプシート
よつばの会	新開作西集会所	申込：要	090-7595-1566	スタンプシート
健康民踊教室 楠民舞会	船木ふれあいセンター	申込：要	67-1261	スタンプシート
白鳥健康教室	ココランド体育館・常盤グラウンドゴルフ場、ココランド館内	申込：要	21-7768	スタンプシート
若衆の会	上開作自治会館	申込：要	41-3820	スタンプシート
写楽サロン	写楽サロン内【川上】 (宇部市西岐波364番地8)	申込：要	090-1338-2258、52-2378	スタンプシート
西岐波地区コミュニティ推進協議会（やまぐち元気アップ体操）	西岐波ふれあいセンター 2階 講堂	申込：要	51-9233	スタンプシート
際波台いきいきサロン	際波台自治会館、際波台第2公園他	申込：要	41-4492	スタンプシート
東岐波寿会連合会	東岐波ふれあいセンター	申込：要	58-3738	スタンプシート
ひらき台自治会シニア部亀齢会	ひらき台集会所、自治会公園及びときわ公園グラウンドゴルフ場	申込：要	35-5412	スタンプシート
鍋倉いきいき健幸サロン	鍋倉自治会館 ホール	申込：要	090-7379-2549	スタンプシート
いっきゅう会	東小羽山集会所及びグランド	申込：要	32-8560	スタンプシート
ハイキングクラブきらら	宇部市発(近隣のハイキング活動)	申込：要	34-5196	スタンプシート
かみはら健幸ストレッチ教室	神原ふれあいセンター2F世代交流ﾎｰﾙ	申込：要	32-6280	スタンプシート
新川連合いそじ会	新川ふれあいセンター	申込：要	21-2258	スタンプシート
岬さわやか会	岬ふれあいセンター	申込：要	21-1625	スタンプシート
原クロッケークラブ	第一原児童公園	申込：要	43-0091	スタンプシート
原ころばん体操	原ふれあいセンター	申込：要	43-0091	スタンプシート
花柳流 月の会	原ふれあいセンター、老人施設	申込：要	43-0091	スタンプシート
東岐波グランドゴルフ同好会	東岐波体育広場	申込：要	58-3016	スタンプシート
小羽山地区連合親寿会	小羽山ふれあいセンター、自治会館他	申込：要	31-3716	スタンプシート
恩田オレンジほっとサロン	恩田ふれあいセンター 憩の間	申込：要	33-6652	スタンプシート
琴芝グラウンド・ゴルフ同好会	梶返天満宮敷地内	申込：要	33-6332	スタンプシート
厚南地区社会福祉協議会 (厚南ボッチャサロン)	隣保館厚南会館	申込：要	44-1664	スタンプシート
五十目山オレンジほっとサロン	五十目自治会館	申込：要	34-5881	スタンプシート
万倉地区コミュニティ推進協議会	万倉ふれあいセンター	申込：要	67-1137	スタンプシート
健康運動プログラム	【1回 50pt】			
HBACCプラチナプログラム	週1回コース 11,000円(税込)／月 週2回コース 13,200円(税込)／月	登録者 申込：要	フィットネスクラブ ハバック 43-9582	スタンプシート
貯筋運動	7,500円（年会費）＋都度利用料100円	登録者 申込：要	Goppoええぞなクラブ 39-6336	スタンプシート
女性の為の体幹レッスン	500円／回	登録者 申込：要	NPO山口ヒメ倶楽部 090-7545-1419	スタンプシート
筋肉が若返る！コンディショニング教室	4,000円／月	登録者 申込：要	体改善スタジオK 090-5695-4293	スタンプシート